

La bonne recette pour faire des économies d'énergie en cuisine

Les hottes de cuisson et plonge

Les hottes représentent entre **20% et 40%** de la consommation électrique d'une cuisine

Adapter les débits des hottes en fonction des usages (découpe, cuisson vapeur, cuisson grasse...)



Interrupteur
Petite Vitesse
Grande Vitesse



Interrupteur
variateur vitesse



Interrupteur
ON/OFF

Hotte en fonctionnement

Hotte à l'arrêt

Le lave vaisselle

Le mode « **ÉCO** » = **45 % d'énergie en moins** que le programme « **INTENSIF** »

Privilégier un fonctionnement en dehors des heures de pointe

ÉCO



La chambre froide

Fermer la porte même en occupation (stockage de matières, inventaire...)



Respecter les températures réglementaires (pas besoin de mettre des températures inférieures)



Éteindre les lumières dès que l'on quitte la pièce (même les mains prises)



Le four



Ouvrir la porte pendant 1 seconde génère une **chute de température de 5°C !**

Le préchauffage c'est pas automatique.

Il n'est pas nécessaire de démarrer l'équipement trop tôt. Faites vos tests !

La cuisson

70%

Mettre un couvercle lors de la cuisson permet de garder la chaleur de l'évaporation et donc de générer **jusqu'à 70% d'économies d'énergie !**

La friteuse

Frire entre **165°C et 180°C**, c'est suffisant ! Cela limitera non seulement la dégradation de l'huile, mais aussi l'absorption d'huile par les aliments.

